La contraception orale peut être prescrite aux mineures sans autorisation parentale à la différence de l'avortement, au-moins jusqu'à l'application de la nouvelle Loi Aubry de mai-juin 2001.

Différents points à aborder :

- 1 Les différentes classes de pilules
- 2 Mode d'action de la pilule
- 3 Le problème du non-remboursement de certaines pilules récentes.
- 4 Mode d'emploi de la pilule au quotidien
- 5 l'oubli
- 6 Les incidents
- 7 La " pilule du lendemain "
- 8 En cas d'échec de la contraception.
- 9 Exemple en image

1/ les deux classes de pilules selon leur composition et 2 pilules à part :

· **Oestroprogestatifs :** ethinyl-oestradiol et progestatif associés. Pilules classiques pour tous les âges de la femme. Le dosage et la nature des composants varient selon la marque et l'effet recherché.

· **Progestatifs purs :** Contraceptifs donnés en cours d'allaitement ou en cas de contre-indication aux pilules classiques (séquelles ou risques de phlébite notamment.

· **Diane 35** contraceptif différent des précédents, prescrit en cas d'acné et d'hyper androgénie et s'apparentant aux oestro-progestatifs pour ses contre-indications.

· **Androcur :** Progestatif souvent associé à Lutenyl ou à Surgestone et d'indication particulière.

2/ Mode d'action de la pilule :
- Blocage de l'ovulation (l'effet principal de la pilule)
- Modification de la glaire cervicale gênant le passage des spermatozoïdes
- Diminution de l'endomètre provoquant des règles de moindre abondance.

3/ les pilules dites de " 3e génération " ne sont pas remboursées. Cette dénomination concerne le progestatif utilisé. Pilules récentes pour lesquelles les laboratoires pharmaceutiques ont préféré conserver un prix de vente élevé et le non-remboursement par la Sécurité Sociale. Leur efficacité et leur tolérance sont semblables à celles des pilules remboursées. Ce sont des oestro-progestatifs.

4/ **Mode d'emploi au quotidien**

Deux cas peuvent se présenter :

1) Le début de la contraception orale : Débutez votre plaquette par le comprimé numéro 1, 1er jour des règles, de préférence le soir au coucher. Choisissez si vous le souhaitez, un autre moment de la journée mais conservez cette heure fixe.

Cochez sur la plaquette le jour de la prise de la première pilule de ce nouveau cycle. Certaines plaquettes comme Trinordiol permettent de percer l'opercule du 1er jour de prise de la pilule (par exemple percer mardi si le 1er jour est un mardi. La prochaine plaquette sera débutée, dans ce cas, un mardi dans 4 semaines exactement).

La prise au coucher évite les oublis et permet une heure de prise relativement fixe.

La plaquette de pilules contient de 21 à 28 comprimés de couleur unique ou de couleurs différentes. L'important est de respecter scrupuleusement l'ordre des pilules sur la plaquette.

Les règles sous pilule sont des " hémorragies de privation " c'est à dire liées à l'arrêt de la prise d'hormones. Vous ne présentez pas de risque de grossesse lors de l'arrêt de la pilule lors de cette période.

Reprise de la pilule après 7 jours. Le jour de reprise sera le même jour de semaine que lors de la 1 ère plaquette (intérêt de cocher le jour sur la plaquette !) . Attention, Minesse et Melodia comportent 28 comprimés par plaquette. Il n'y a donc pas d'arrêt de la prise de pilule d'un cycle à l'autre.

2) **La contraception en rythme habituel.** Bien respecter les 7 jours entre deux plaquettes. Le jour de semaine de la première prise du cycle sera toujours le même au fil des mois. Il n'est pas nécessaire d'envisager un arrêt de la contraception au motif de soulager votre organisme d'une imprégnation hormonale permanente. Le risque d'une grossesse non-désirée est par contre très important à ce moment là.

En cas de vomissement dans les deux heures qui suivent la prise de votre pilule, il vous faut reprendre une pilule identique au plus tôt, d'où la nécessité d'avoir au minimum une plaquette d'avance.

5/ **L'oubli !!!**

Cette erreur doit rester l'extrême exception. L'efficacité de votre contraception repose sur la prise régulière pour maintenir un taux hormonal efficace et un blocage complet de l'ovulation.

Un oubli corrigé dans les 12 heures par la prise de la pilule oubliée ne générera pas d'incident. Au-delà, la prudence s'impose ! Voir tableau ci-dessous.

Continuez votre pilule pour ne pas perturber le rythme de vos cycles mais une contraception mécanique type préservatif s'impose. L'oubli fréquent de votre pilule vous fera envisager une autre méthode de contraception stérilet, par exemple.

Voici un tableau récapitulatif des possibilités de rattraper un " oubli " devant rester l'exception !!

- **Oubli < 12 heures** -> Prendre le comprimé dès le constat de l'oubli puis prendre les comprimés suivants à l'heure habituelle

- **Oubli > 12 heures = Il reste 7 cp ou plus**
- prendre le comprimé dès le constat de l'oubli et prendre les comprimés suivants à l'heure habituelle
- Utiliser une autre méthode de contraception locale (préservatif, spermicide) pendant 7 jours
- A la fin de la plaquette, arrêter pendant 7 jours puis recommencer une nouvelle plaquette
- **ATTENTION**, si l'oubli a eu lieu durant la première semaine et qu'il y a eu rapport sexuel lors des 7 jours précédents, il faut de plus prendre une pilule du "lendemain"

- **Oubli > 12 heures = Il reste moins de 7 cp**
- prendre le comprimé dès le constat de l'oubli et prendre les comprimés suivants à l'heure habituelle
- Utiliser une autre méthode de contraception locale (préservatif, spermicide) pendant 7 jours |
- et entamer la plaquette suivante sans faire d'arrêt (saignements fréquents dans ce cas)|

6/ **Les incidents de la contraception orale**

Les nausées en tout début de prise de pilule. Le gonflement des seins. Le spotting = petites pertes de sang au cours du cycle. La diminution de la durée et du volume des règles. La prise de poids est rare. L'absence de règles sous pilule doit vous faire contacter rapidement le médecin prescripteur. Il s'agit le plus souvent d'un incident passager mais prudence ...

7/ **La pilule du lendemain**

C'est une " contraception d'urgence " qui ne doit pas remplacer la contraception classique. Deux produits sont à votre disposition à prendre au plus tôt après un rapport sexuel avec risque de fécondation (rupture de préservatif ou pas de préservatif du tout par exemple). Ces médicaments sont à prendre dans les 72 heures qui suivent le rapport. L'efficacité est d'autant moindre qu'utilisés à plus longue distance du rapport !

· Norlevo : 2 comprimés en une prise unique. Délivré par le pharmacien directement. Pas de contre-indication et efficacité très forte. Environ 60 francs.

· Tetragynon : remboursé mais nécessitant une prescription du médecin. deux comprimés à renouveler 12 heures après. Contre-indications des oestro-progestatifs classiques.

8/**Echec de la contraception orale**

Une grossesse non souhaitée nécessite une prise en charge médicale urgente. Votre médecin vous présentera les choix qui s'offrent à vous dès lors.

L'IVG (Interruption Volontaire de Grossesse) est possible en France dans les 10 semaines qui suivent la fécondation, soit par voie chirurgicale (aspiration) soit par médicament (Mifégyne) ; l'IVG n'est possible qu'en clinique ou à l'hôpital. La loi est en cours de modification et le passage à 12 semaines de grossesse pour subir l'IVG n'est pas à ce jour autorisé. L'autorisation parentale est toujours nécessaire pour les mineures.

9/ **Exemple : voici une plaquette type de contraceptif oral :**

21 comprimés de couleur différente dans le cas de Trinordiol Les comprimés sont numérotés de 1 à 21 et doivent être pris dans cet ordre sans aucune fantaisie.

· Les opercules correspondant à chaque jour de la semaine sont bien visibles et sont à perforer par la face postérieure de la plaquette. · Respecter la date de péremption notée

sur la plaquette. · Les plaquettes peuvent être rectangulaires ou rondes. · Les boites contiennent un mois ou trois de traitement.

En souhaitant que ces quelques conseils vous aident à utiliser au mieux la pilule. Votre médecin comme votre pharmacien sont à votre disposition pour répondre à toutes vos questions à ce propos. N’hésitez pas !